


2026年 5月 離乳食献立表 (中期)

中野区保育園・幼稚園課

| 曜日 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|----|---|---|---|---|--|---|--|--|--|--|---|--|--|
| 日 | | 11 25 | 12 26 | 13 27 | 14 28 | 1 15 29 | 2 16 30 | 18 | 19 | 20 | 7 21 | 8 22 | 9 23 | |
| 午前  | 主食 | おかゆ | おかゆ | おかゆ | おかゆ | おかゆ | おかゆ | 洋風やわらか煮うどん | おかゆ | おかゆ | おかゆ | おかゆ | やわらか煮うどん | |
| | 副食 | ミートボールの煮物 南瓜の煮物 スープ | 卵黄の粗ほぐし 刻みブロッコリー 味噌汁 | つくねの味噌煮 人参の煮物 すまし汁 | つくねの煮物 刻みトマト 味噌汁 | 白身魚のケチャップ煮 青菜とコーンの煮物 味噌汁 | 南瓜のそぼろ煮 胡瓜の煮物 味噌汁 | ミートボールの煮物 青菜の煮物 味噌汁 | 白身魚の煮物 刻みトマト 味噌汁 | ミートボールの煮物 いんげんの煮物 味噌汁 | 豆腐の味噌煮 さつま芋の煮物 味噌汁 | つくねの煮物 キャベツとコーンの煮物 スープ | つくねの煮物 キャベツとコーンの煮物 スープ | じゃが芋の煮物 胡瓜の煮物 |
| | 材料 | 米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 南瓜 醤油 砂糖 キャベツ スープ 塩 | 米 卵黄 玉葱 かつおだし ブロッコリー かつおだし 片栗粉 葱 大豆味噌 かつおだし | 米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 大豆味噌 砂糖 かつおだし 人参 醤油 砂糖 青菜 塩 醤油 かつおだし | 米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし トマト わかめ 大豆味噌 かつおだし | 米 白身魚 ケチャップ 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 ホールコーン 醤油 白菜 大豆味噌 かつおだし | 米 南瓜 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 胡瓜 青菜 大豆味噌 かつおだし | 乾めん 玉葱 人参 かつおだし ケチャップ 砂糖 かつおだし 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 青菜 醤油 | 米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 トマト 人参 大豆味噌 かつおだし 青菜 醤油 | 米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし さやいんげん 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 玉葱 大豆味噌 かつおだし | 米 豆腐 大豆味噌 砂糖 片栗粉 かつおだし さつま芋 醤油 砂糖 わかめ 大豆味噌 かつおだし | 米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ ホールコーン 醤油 白菜 スープ 塩 | 米 鶏ひき肉 人参 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 醤油 砂糖 | 乾めん 鶏ひき肉 人参 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 醤油 砂糖 白菜 醤油 胡瓜 |
| 午後 | 主食 | やわらか煮うどん | おかゆ | おかゆ | パンがゆ | やわらか煮うどん | おかゆ | おかゆ | おかゆ | おかゆ | パンがゆ | おかゆ | おかゆ | |
| | 副食 | じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜の煮物 | 豆腐とツナの煮物 キャベツの煮物 味噌汁 | 胡瓜としらすの煮物 粉ふき芋 味噌汁 | 白身魚の煮物 野菜の煮物 味噌汁 | つくねの煮物 キャベツと人参の煮物 | 白身魚の煮物 さつま芋の煮物 味噌汁 | キャベツとツナの煮物 人参の煮物 味噌汁 | 豆腐の煮物 胡瓜の煮物 味噌汁 | 白身魚の煮物 粉ふき芋 味噌汁 | ミートボールの煮物 胡瓜と人参の煮物 味噌汁 | 鶏レバーの煮つぶし 胡瓜の煮物 味噌汁 | 人参としらすの煮物 白菜の煮物 味噌汁 | |
| | 材料 | 乾めん 玉葱 人参 かつおだし 醤油 砂糖 じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 胡瓜 | 米 豆腐 ツナ缶 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし キャベツ 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし | 米 胡瓜 しらす 醤油 じゃが芋 人参 大豆味噌 かつおだし | 食パン 粉ミルク 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 キャベツ 塩 かつおだし 大根 大豆味噌 かつおだし | 乾めん 玉葱 青菜 醤油 砂糖 かつおだし 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 人参 醤油 | 米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 さつま芋 醤油 砂糖 人参 大豆味噌 かつおだし | 米 キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 玉葱 大豆味噌 かつおだし | 米 豆腐 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし 胡瓜 じゃが芋 大豆味噌 かつおだし | 米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 じゃが芋 青菜 大豆味噌 かつおだし | 米 食パン 粉ミルク 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 胡瓜 玉葱 人参 醤油 葱 大豆味噌 かつおだし | 米 鶏レバー 醤油 砂糖 片栗粉 かつおだし 胡瓜 玉葱 大豆味噌 かつおだし | 米 人参 しらす 醤油 白菜 醤油 | |

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。



* 献立内容は都合により変更する場合があります。 かつおだし
* □で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。
* スープは野菜の煮汁を使用しています。